

بسم الله الرحمن الرحيم

* موضوع وینار : تربیت سلیم

** سخنران : استاد محمدرضا کمن

*** رایه ای از موسسه ی فرهنگی هنری راز نگاه آفتابگردان

**** جلسه دوم : دوشنبه ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۱

*** نکات مربوط به تکلیف ۲ : در این تمرین علاوه بر کاهش تذکر ها ، باید دوز الگو بودن خود را

نیز برای کودک افزایش بدهیم .

- این تذکر دادن جنبه سلبی دارد . افراط در تذکر دادن ، باعث افزایش لجبازی کودک می شود .

- تربیت در بچه های زیر ۶ سال حواس پرتی و جایگزینی است نه تذکر دادن

یاداوری : تربیت سلیم دارای دو رکن اساسی الگو و رابطه است .

رابطه شامل دو مولفه مقبولیت و محبوبیت است .

بر اساس وجود این دو مولفه در خانواده ، تقسیم بندی زیر انجام می شود :

	محبوبیت +	محبوبیت -
مقبولیت +	خانواده متعادل	خانواده استبدادی
مقبولیت -	خانواده آزاد گذار	خانواده بی تفاوت

- در خانواده آزاد گذار همه همدیگر را دوست دارند ولی هیچ قانون و قاعده ای وجود ندارد

- برخلاف آن در خانواده استبدادی بی عاطفگی و سردی بین اعضا دیده میشود ولی از روی

ترس پایبندی به قوانین وجود دارد . بیانگر کنترل گری



- در خانواده بی تفاوت نه محبتی وجود دارد نه قاعده و قانونی هر کس هر کاری دوست دارد انجام می دهد .

* در سنین کودکی اول، ما اوج محبوبیت و تا حدودی غلظت بالای آزاد گذاری را عملی کنیم و در مقابل در سنین کودکی دوم ، از میزان آزاد گذاری کم و با شیب مناسب مقبولیت را افزایش می دهیم تا جایگاه والدین برای کودک مشخص شود .

*** کودکی دوم سن طلایی تربیت** است چرا که حرف شنوی کودک بالا است.

راهکار ها و مصادیق افزایش محبوبیت :

۱. والدین ، خدا و امام عصر علیه السلام را دوست بدارند . بی تفاوت نبودن در مناسبت ها در فضای

خانه ، تجلی انس با امام عصر در رفتار های معمول والدین

۲. پدر و مادر محبوب یکدیگر باشند . فرزند باید ببیند و بفهمد که والدین همدیگر را دوست دارند .

(راهکار : قرار های دونفر و اطلاع داشتن فرزند از این موضوع)

۳. فرزند محبوب پدر و مادر باشد . ابراز محبت کلامی ، نوازش و تماس جسمی ، وقت گذاری ، توجه

عاطفی

۴. هدیه دادن که شامل خوشرویی ، لبخند و تبسم عاطفی و کادو دادن است . (انسان عبید الاحسان

(

۵. خوب گوش کردن به فرزند و گفت و گوی صمیمانه

تربیت ، **خوب گوش کردن** است نه خوب حرف زدن . خوب حرف زدن ثمره خوب شنیدن است

لازمه این کار موارد زیر است :

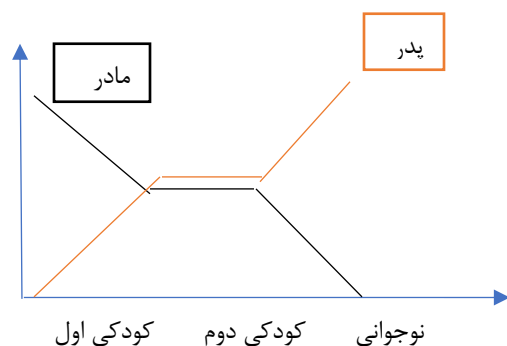
تماس چشمی

قضاوت و واکنش سریع و نتیجه گیر ممنوع

پرهیز از کلمات مسمومی مثل غر زدن ، سرزنش و توبیخ

نقش مادر و پدر در دوره تحول و رشد :





۶. بزرگنمایی واقع بینانه خوبی ها و القای احساس موفقیت در کودک

۷. نیکو و عاطفی نام نهادن و صدا زدن . استفاده از الفاظی مانند نور چشمم و میوه دلم و ..

۸. همدلی و انعکاس احساس در شرایط آشفتگی هیجانی بدون قضاوت و آرایه راهکار

- همدلی نه به معنای تایید رفتار است نه به معنای تکذیب .

- **همدلی** با **همدردی** متفاوت است .

- همدلی چند مولفه مهم دارد : از دید طرف مقابل به موضوع نگاه کنیم - تلاش برای قضاوت

نکردن - حس کردن احساسات طرف مقابل و صحبت در مورد آن

- هر رفتاری ناشی از یک هیجان درونی است و هر هیجانی هم ناشی از یک تفکر و هر فکری ناشی از یک نیاز است .

- برای برخورد با رفتار اشتباه کودک ، باید در مورد هیجان او همدلی کنیم نه در مورد رفتار . با

همدلی هیجانات منفی را کنار زده و کودک به اشتباهی که در فکرش داشته ، پی می برد و در صد اصلاح آن رفتار عمل می کند .

